

Submission Wrestling / NoGi HT26

10 augusti - 11 december 2026

Uppdaterat 2026-08-24



C-hallen

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
					Tjeppass Samtliga grappling-utövare BJJ/NoGi/SW C-hallen	11:00-13:00 GRAPPLING OPEN MAT Samtliga utövare även nyb BJJ / NOGI / SW / MMA C-hallen
17:30-19:00 BJJ Nybörjare SW/NoGi Nybörjare C-hallen	19:00-20:30 SW / NOGI Avanc & forts SW-utövare BJJ & MMA forts & upp C-hallen	17:30-19:00 BJJ Nybörjare SW/NoGi Nybörjare C-hallen	19:00-20:30 SW / NOGI Avanc & forts SW-utövare BJJ & MMA forts & upp C-hallen	Friträning Grappling: BJJ / NOGI / SW 17:00-20:00 C-Hallen		